

**HUBUNGAN *FORGIVENESS* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*  
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN**



**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar S1 Psikologi Islam (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama  
UIN Raden Intan Lampung**

**Oleh :  
Eka Septarianda  
1531080036**

**PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI ISLAM**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
1440 H/2019 M**

**HUBUNGAN *FORGIVENESS* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*  
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar S1 Psikologi Islam (S.Psi)  
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama  
UIN Raden Intan Lampung**

**Oleh :**

**Eka Septarianda**

**1531080036**

**PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI ISLAM**

**Pembimbing I : Drs. M. Nursalim Malay, M. Si**

**Pembimbing II : Khoiriyah Ulfah, M.A**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG  
1440 H/2019 M**

## ABSTRAK

### Hubungan *Forgiveness* dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja di Panti Asuhan

Oleh :  
Eka Septarianda

*Subjective well-being* adalah konsep psikologis yang dapat dikategorikan sebagai hal terpenting dalam diri individu dengan tiga komponen penting di dalamnya, yaitu *life satisfaction* (LS), *positive affect* (PA) yang tinggi dan *negative affect* (NA) yang rendah. Konsep psikologis dalam diri tersebut haruslah selalu dalam taraf yang tinggi, dan apabila seseorang memiliki *forgiveness* yang tinggi hal tersebut dapat dengan mudahnya diraih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *forgiveness* dengan *subjective well-being* pada remaja yang berada di panti asuhan, melalui tiga komponen yang terdapat di dalamnya, yaitu *life satisfaction*, *positive affect* dan *negative affect* pada remaja di panti asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dengan *subjective well-being* pada remaja di panti asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame.

Subjek penelitian adalah remaja yang tinggal di panti asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame yang berjumlah 58 anak yang diambil menggunakan teknik *sampling total*. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi yang berjumlah tiga skala, yaitu HFS (*Heartland Forgiveness Scale*) dengan 18 aitem ( $\alpha = 0.853$ ), SWLS (*Satisfaction with Life Scale*) sebanyak 25 aitem ( $\alpha = 0.820$ ) dan PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) dengan 13 aitem ( $\alpha = 0.831$ ). Data yang didapatkan kemudian di analisis dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dan dibantu menggunakan *SPSS 21.0 for windows*. Data-data tersebut menunjukkan hasil, bahwa hipotesis diterima dengan sumbangan efektif sebesar 56.504%, yaitu terdapat hubungan yang positif antara *forgiveness* dengan *subjective well-being* melalui tiga komponen dalam SWB, yakni sebagai berikut:

1. Hasil pertama menunjukkan  $rx-y_1 = 0.493$  dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) yang artinya hipotesis diterima, yakni terdapat hubungan yang positif *forgiveness* dengan *life satisfaction* yang memiliki sumbangan efektif sebesar 6.098%.
2. Hasil kedua dengan  $rx-y_2 = 0.431$  dengan  $p = 0.001$  ( $p < 0.01$ ), hal tersebut berarti hipotesis diterima, yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara *forgiveness* dengan *positive affect* dan sumbangan efektif sebesar 2.955%.
3. Hasil ketiga menunjukkan nilai  $rx-y_3 = -0.897$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.001$ ). sehingga hipotesis diterima, yaitu terdapat hubungan negatif antara *forgiveness* dengan *negative affect* yang memiliki sumbangan efektif sebesar 47.451%.

**Kata Kunci:** *Forgiveness* dan *Subjective Well-Being*



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703531, 780421

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : Hubungan *Forgiveness* dengan *Subjective Well-Being*  
pada Remaja di Panti Asuhan  
**Nama** : Eka Septarianda  
**NPM** : 1531080036  
**Program Studi** : Psikologi Islam  
**Fakultas** : Ushuluddin dan Studi Agama

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah  
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Drs. M. Nursalim Malay, M. Si.**  
**NIP. 1963010119990310001**

**Pembimbing II**

**Khoiriva Ulfah, M.A**  
**NIP. 198504102019032011**

**Mengetahui**  
**Ketua Prodi Psikologi Islam**

**Abdul Qohar, M.Si**  
**NIP. 1971031222005011005**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703531, 780421

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul : **Hubungan Forgiveness dengan Subjective Well-Being**  
pada **Remaja di Panti Asuhan**. Disusun oleh **Eka Septarianda**. NPM :  
**1531080036**. Program studi : **Psikologi Islam**. Fakultas : **Ushuluddin Dan Studi**  
**Agama**, telah dimunaqosyahkan pada hari, tanggal : **Kamis, 05 Desember 2019**

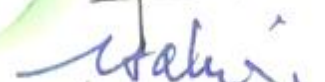
**TIM DEWAN PENGUJI**

**Ketua** : **Dr. H. Shonhaji, M.Ag**  
**Sekertaris** : **Willia Novi Aryani, MA**  
**Penguji utama** : **Supriyati, S.Psi, M.Si**  
**Penguji pendamping I** : **Drs. M. Nursalim Malay, M.Si**  
**Penguji pendamping II** : **Khoiriya Ulfah, MA**

  
(.....)

  
(.....)

  
(.....)

  
(.....)

  
(.....)

**DEKAN**  
**Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**

  
**Dr. H. Afif Anshori, M.Ag**  
**NIP. 196003131989031004**

## PEDOMAN TRANSLITERASI

*Transliterasi* Arab-Latin digunakan sebagai pedoman yang mengacu pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

### 1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R			ن	N
ت	T	ز	Z	ع	(Koma terbalik di atas)	و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F		
ح	<u>H</u>	ص	Sh	ق	Q		(Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
خ	Kh	ض	Dh	ك	K	ع	
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

### 2. Vokal

Vokal Pendek		Contoh	Vokal Panjang		Contoh	Vokal Rangkap
ـَ	A	جَدَلْ	ا	Â	سَارَ	Ai... ئِ
ـِ	I	سَدِلْ	ي	Î	قَيْلْ	Au... وُ
ـُ	U	ذَكِرْ	و	Û	يَجُورْ	

### **3. Ta Marbutah**

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata: Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

### **4. Syaddah dan Kata Sandang**

Transliterasi tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata: Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang "al", baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya: al-Markaz, al-Syamsu.

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

*Assalamu 'alaikum wr.wb*

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Eka Septarianda

NPM : 1531080036

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan *Forgiveness* dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja di Panti Asuhan” merupakan hasil karya peneliti dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dengan sebenar-benarnya.

*Wassalamu 'alaikum wr.wb*

Bandar Lampung, 11 November 2019

Yang menyatakan





## MOTTO

وَمَا خَلَقْنَا السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَإِنَّ  
السَّاعَةَ لَأَنِيَّةٌ ۖ فَاَصْفَحْ ۖ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ ﴿٨٥﴾

*“Dan kami tidak menciptakan langit dan bumi serta apa yang ada di antara keduanya, melainkan dengan kebenaran. Dan sungguh, kiamat pasti akan datang, maka maafkanlah (mereka) dengan cara yang baik”*

(Q.S. Al-Hijr : 85)

## **PERSEMBAHAN**

*Bismillahirrahmanirrahim*

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena atas izin-Nya dapat saya persembahkan skripsi ini untuk orang-orang tercinta dan tersayang:

1. Kedua orangtua yang sangat saya cintai dan hargai, Bapak Imam Andayono dan Ibu Linda Sari yang dengan setulus hati dan segenap jiwa selalu mendo'akan, memotivasi, menyemangati, menjaga, merawat dan senantiasa mencurahkan perhatian dengan rasa cinta dan kasih sayang sehingga saya dapat menyelesaikan salah satu langkah dalam hidup saya.
2. Untuk kedua adik yang sangat saya sayangi dan selalu melindungi saya, Rizky Sabtas Novanda Putra dan Irsyafli Oktavianda Affvivi yang selalu menjadi pacuan saya untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini.

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama peneliti adalah Eka Septarianda yang dilahirkan di Bandar Lampung tanggal 29 September 1997. Peneliti merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Imam Andayono dan Ibu Linda Sari. Peneliti bertempat tinggal di Jalan H. Abdul Mutholib No. 37 RT.04 Lk. I Gedong Air Tanjung Karang Barat Bandar Lampung. Berikut riwayat pendidikan peneliti:

1. SD Negeri 1 Gedong Air sejak tahun 2005-2009
2. SMP Negeri 10 Bandar Lampung tahun 2009-2012
3. SMA Negeri 16 Bandar Lampung tahun 2012-2015

Setelah menamatkan Sekolah Menengah Atas pada tahun 2015, peneliti terdaftar sebagai mahasiswa pada program S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

Alhamdulillahirabil'alamin. Puji syukur selalu tercurah kepada Allah SWT yang telah memberi segala kenikmatan dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Skripsi yang peneliti susun masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan kedepannya. terselesaikannya penulisan karya ilmiah skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan dan bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Mukri., M.Ag., selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. H. M. Afif Ansori, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Abdul Qohar, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam dan Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan arahan serta informasi penting dalam hal perkuliahan.
4. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M. Si selaku dosen pembimbing I dan pembimbing akademik peneliti yang telah meluangkan waktu serta

memberikan bimbingan, arahan, motivasi, nasihat, dan do'a kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini dan juga dalam hal permasalahan perkuliahan pada semester akhir.

5. Bapak Alm. Dr. Himyari Yusuf, M. Hum selaku pembimbing akademik peneliti sejak awal perkuliahan yang telah memberikan waktu, bimbingan dan arahan dalam permasalahan perkuliahan, semoga segala amal ibadah bapak diterima disisi-Nya.
6. Ibu Khoiriyah Ulfah, M.A, selaku Pembimbing II yang telah memberikan waktu untuk membimbing, memberikan motivasi, nasihat, dan do'a kepada peneliti sehingga dapat terselesaikannya tugas akhir ini.
7. Ibu Citra Wahyuni, M.Si selaku dosen yang selalu memberi arahan, masukan dan bantuan dalam pengerjaan skripsi ini hingga selesai.
8. Seluruh dosen dan staf Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
9. Ustadz Hadi Sururuddin, S. Sy. S. Pd.I selaku Ketua pengurus dan Bapak Mustolih Rifin serta seluruh staf di panti asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan oleh peneliti.
10. Keluarga besar mbah Nicholas/Niklas, terkhusus sepupu saya Olivia Arieska Surry, Dwi Rismaytiara Surry, Nikita Belanova Amanda Nicholas dan keponakan tersayang Calista Anviza Qyaraalesha, Gilang Anviza Nicholas dan Farqah Agma Khairan, terima kasih atas do'a yang selalu



terucap, keceriaan, kebersamaan, tawa-canda yang semua itu menjadi penyemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

11. Teman-teman yang selalu menolong peneliti dengan mengerahkan tenaga, saling bertukar pikiran, memberi dorongan dan semangat untuk peneliti yang tiada hentinya bahkan sejak awal perkuliahan serta tempat peneliti bertanya ketika menemui kesulitan dalam penyusunan skripsi dan segala urusan perkuliahan, Dwi Noktaviani, Anggi Lucyana, Desi Novita Sari, Anis Kharisma, Adelia Putri Lestari, Diah Nafisah, Deden Gusti Laksana dan Ahmad Nurramadhani, dan juga Annisa Huda Mawarni dan Agista Mufidah.
12. Teman-teman seperbimbingan yang turut membantu pengerjaan skripsi dan saling bertukar pikiran Fitri Agustina, Jelita Dinda Aziza, Renita Febriana, Dwi Rahayu Ningsih dan lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
13. Keluarga Besar Psikologi Islam angkatan 2015 terkhusus kelas A, kakak serta adik tingkat yang telah banyak memberikan kebersamaan, cerita, dukungan, kerjasama dan motivasi dalam proses perkuliahan.
14. Teman-Teman KKN Kelompok 28 dan 29 Desa Rejomulyo, Dolly Rizkia Putri, Fatullah Iqbal, Hafizh Arizal, Melisa Eka Putri, Yowanda Saputra, dan lainnya yang selalu memberi motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
15. Teman-teman Sekolah Menengah Atas, Agustina Tri Wulandari, Citra Yulistiyah Sazkia, dan Nova Sari teman sebangku selama tiga tahun serta

Syntia yang selalu memberiku semangat dan juga terkhusus kelas IPA 2 yang selalu memberi motivasi disetiap perjumpaan.

16. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang telah berjasa membantu baik secara moril maupun materil dalam penyelesaian skripsi.

Semoga Allah SWT selalu memberikan berkah, segala kemudahan dan keihklasan atas apa yang telah mereka berikan dan menjadikannya pahala dan amal jariyah.

Akhir kata, peneliti memohon taufik dan hidayah-Nya kepada Allah SWT dan semoga skripsi ini bermanfaat untuk semua.

Bandar Lampung, 11 November 2019

Eka Septarianda  
153108003

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>PEDOMAN LITERASI .....</b>	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>ix</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>x</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xx</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>xxi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xxii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian .....	13
C. Manfaat Penelitian .....	14
1. Manfaat Teoritis .....	14
2. Manfaat Praktis .....	14
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. <i>Subjective Well-Being</i> .....	16
1. Pengertian <i>Subjective Well-Being</i> .....	16

2. Komponen <i>Subjective Well-Being</i> .....	17
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Subjective Well-Being</i> .....	18
4. <i>Subjective Well-Being</i> dalam Perspektif Islam .....	21
B. <i>Forgiveness</i> .....	23
1. Pengertian <i>Forgiveness</i> .....	23
2. Aspek-Aspek <i>Forgiveness</i> .....	23
3. Sumber Kesalahan dan Objek <i>Forgiveness</i> .....	25
4. Manfaat <i>Forgiveness</i> .....	26
5. <i>Forgiveness</i> dalam Perspektif Islam .....	28
C. Hubungan Antara <i>Forgiveness</i> dengan <i>Subjective Well-Being</i> .....	30
D. Kerangka Berpikir .....	32
E. Hipotesis Penelitian .....	35

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	37
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	37
1. <i>Subjective Well-Being</i> .....	37
2. <i>Forgiveness</i> .....	37
C. Subjek Penelitian .....	38
1. Populasi .....	38
2. Sampel .....	38
3. Teknik Sampling .....	39
D. Metode Pengumpulan Data .....	39
E. Validitas dan Reliabilitas .....	41

1. Validitas .....	41
2. Reliabilitas .....	42
F. Teknik Analisis Data .....	42

#### **BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

A. Orientasi Kacah dan Persiapan .....	43
1. Orientasi Kacah .....	43
2. Persiapan Penelitian .....	45
3. Pelaksanaan <i>Try Out</i> .....	47
4. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	48
5. Penyusunan Skala Penelitian .....	52
B. Pelaksanaan Penelitian .....	53
1. Penentuan Subjek Penelitian .....	53
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data .....	54
3. Skoring .....	55
C. Analisis Data Penelitian .....	56
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian .....	56
2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian .....	57
3. Uji Asumsi .....	61
4. Uji Hipotesis .....	63
5. Pengujian Sumbangan Efektif dan Relatif Penelitian .....	65
D. Pembahasan .....	66

#### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	73
---------------------	----



B. Saran .....	74
1. Bagi Subjek Penelitian .....	74
2. Bagi Orangtua atau Kerabat .....	74
3. Bagi Pengasuh dan Pengurus .....	75
4. Bagi Penelitian Selanjutnya .....	75

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel	
Tabel 1. Populasi Penelitian .....	38
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Heartland Forgiveness Scale</i> .....	40
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala <i>Satisfaction with Life Scale</i> .....	41
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala <i>Positive and Negative Affect Schedule</i> .....	41
Tabel 5. Rancangan Skala <i>Heartland Forgiveness Scale</i> Sebelum <i>TryOut</i> ....	45
Tabel 6. Rancangan Skala <i>Satisfaction with Life Scale</i> Sebelum <i>Try Out</i> .....	46
Tabel 7. Rancangan Skala <i>Positive and Negative Affect Schedule</i> Sebelum <i>Try Out</i> .....	46
Tabel 8. Aitem Valid dan Gugur Skala HFS .....	49
Tabel 9. Aitem Valid dan Gugur Skala SWLS .....	50
Tabel 10. Aitem Valid dan Gugur Skala PANAS .....	51
Tabel 11. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	52
Tabel 12. Sebaran Aitem Valid HFS .....	53
Tabel 13. Sebaran Aitem Valid dan Gugur SWLS .....	53
Tabel 14. Sebaran Aitem Valid dan Gugur PANAS .....	53
Tabel 15. Deskripsi Data Penelitian .....	56
Tabel 16. Kategorisasi <i>Forgiveness</i> .....	58
Tabel 17. Kategorisasi <i>Life Satisfaction</i> .....	59
Tabel 18. Kategorisasi <i>Positive Affect</i> .....	60
Tabel 19. Kategorisasi <i>Negative Affect</i> .....	60
Tabel 20. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas .....	62
Tabel 21. Rangkuman Hasil Uji Linieritas .....	63
Tabel 23. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif .....	65

## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 1. Kerangka Berpikir .....	35
----------------------------------	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran

Lampiran 1. Rancangan Ketiga Skala Penelitian

Lampiran 2. Distribusi Data Uji Coba

Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas Hasil Uji Coba Ketiga Skala

Lampiran 4. Ketiga Skala Penelitian

Lampiran 5. Data Skor Penelitian

Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian

Lampiran 7. Hasil Uji Asumsi

Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis

Lampiran 9. Perhitungan Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif

Lampiran 10. Surat Izin Penelitian

Lampiran 11. SK Pembimbing

Lampiran 12. Kartu Konsultasi

Lampiran 13. Turnitin

Lampiran 14. Dokumentasi

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Keluarga adalah kelompok yang terdiri atas dua orang atau lebih yang saling terhubung baik melalui hubungan darah, proses adopsi, pernikahan atau pilihan, dan saling mengandalkan antar satu sama lain untuk kehidupan sosial, emosional dan dukungan finansial atau ekonomi (Howe, 2012). Berdasarkan pernyataan tersebut, maka di dalam sebuah keluarga sangat dibutuhkan cinta, kasih sayang dan perhatian, dimana hal-hal itu biasanya diberikan oleh orang tua terhadap anak mereka tanpa mengharap imbal balik terhadap dirinya. Hubungan orang tua dan anak yang terjalin dengan cinta, kasih sayang dan perhatian dapat berdampak baik pada tahap perkembangan anak. Howe (2012) juga turut membahas terkait pentingnya hubungan orang tua dan anak yang selalu diliputi dengan rasa cinta, kehangatan dan perhatian. Hubungan tersebut dapat berpengaruh terhadap anak yang nantinya akan memiliki keberanian dan hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar saat mereka dewasa.

Pentingnya hubungan orang tua dan anak tersebut menyebabkan para orang tua menginginkan agar kebutuhan anaknya dapat terpenuhi dengan baik. Menurut Collins dan Sprinthall (Selviana, 2017) pengaruh hubungan orang tua dan anak tersebut sangat memengaruhi perkembangan anaknya, terlebih pada masa remaja bahkan hingga lepas remaja. Selviana (2017) juga turut menambahkan bahwa implikasi dari cara orang tua melatih dan mengajarkan anaknya sangat dapat



membentuk arah kehidupannya. Selain itu Singgih dan Susantoputri (Gunarsa dalam Selviana, 2017) mengemukakan bahwa kelekatan antara orang tua dengan anak dapat mencegah munculnya perilaku *deliquen* atau kenakalan remaja. Keluarga yang harmonis akan memunculkan afek yang hangat dan positif antara orang tua dengan anaknya. Sebaliknya hubungan yang buruk antara orang tua dan anak akan memunculkan afek negatif, yakni remaja tidak mendapatkan perhatian dan dukungan dari orang tua atau bahkan penolakan yang diterima anak tersebut. Teori-teori di atas menjabarkan pentingnya hubungan orang tua dan anak bagi tumbuh kembang anak.

Terdapat beberapa kondisi yang membuat orang tua tidak dapat memenuhi tugasnya terhadap anak secara tuntas. Kondisi-kondisi yang dimaksud antara lain, terjadinya perceraian yang menyebabkan terputusnya hubungan orang tua dan anak, faktor ekonomi, dan bahkan kematian. Anak-anak korban perceraian orang tua biasanya masih dapat diasuh oleh salah satu pihak orang tuanya, ayah atau ibu, sedangkan anak-anak yang tidak memiliki orang tua atau biasa disebut yatim-piatu umumnya ditempatkan di panti asuhan, disebabkan tidak adanya pihak yang dapat menjadi wali bagi mereka. Selain itu, orang tua dengan kondisi ekonomi yang tidak memadai atau biasa disebut dhuafa juga umumnya meletakkan anak-anak mereka di panti asuhan.

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan atau Kemendikbud (2017) menyatakan bahwa pada akhir tahun 2016 didapatkan data sekitar 896.000 anak adalah pelajar dengan status sebagai yatim piatu dan sekitar 44.000 anak bertempat tinggal di panti asuhan. Sedangkan menurut Kementrian Sosial (2016)

terdapat setidaknya 90% dari anak-anak yang tinggal di panti asuhan masih memiliki orang tua. Selain dikarenakan faktor rendahnya ekonomi keluarga, ketidaksiapan mempunyai anak dan bahkan karena banyaknya permasalahan dalam keluarga menjadi alasan anak-anak tersebut berada di panti asuhan. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak semua anak-anak yang berada di panti asuhan adalah karena faktor yatim piatu saja, melainkan ada dhuafa atau kurang mampu, dan permasalahan lainnya.

Panti asuhan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah rumah atau kediaman tempat memelihara dan merawat anak yatim piatu. Selain itu, pada Peraturan Menteri Sosial No. 30/HUK/2011 panti asuhan atau lembaga kesejahteraan sosial anak merupakan lembaga-lembaga yang dibentuk oleh Pemerintah, Pemerintah Daerah, atau masyarakat dalam menyelenggarakan pengasuhan terhadap anak. Ketetapan Menteri Sosial No. 50/HUK/2004 mengatur terkait tugas dari panti asuhan kepada anak asuhnya yaitu dengan memberikan bimbingan dan pelayanan bagi anak yatim piatu yang kurang mampu atau bahkan terlantar agar potensi yang dimiliki dapat hidup kembali dan berkembang dengan baik secara wajar. Jadi, panti asuhan dapat disimpulkan adalah suatu tempat atau lembaga yang dibentuk untuk mengasuh, membimbing dan memberikan pelayanan sehingga anak-anak merasa aman, nyaman serta dapat mengembangkan potensi mereka layaknya anak-anak lain yang tinggal bersama keluarga mereka di rumah.

Pengertian panti asuhan tersebut selaras dengan perintah Allah SWT yang tercantum dalam surat Al-Baqarah ayat 220 yang berbunyi

فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْيَتَامَىٰ قُلْ إِصْلَاحٌ لَهُمْ خَيْرٌ وَإِنْ تُخَالِطُوهُمْ فَإِخْوَانُكُمْ ۚ وَاللَّهُ يَعْلَمُ الْمُفْسِدَ مِنَ الْمُصْلِحِ ۚ وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَأَعْنَتَكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ

حَكِيمٌ

Artinya: “Tentang dunia dan akhirat Dan mereka bertanya kepadamu tentang anak yatim, maka katakalah: "Mengurus urusan mereka secara patut adalah baik, dan jika kamu bergaul dengan mereka, maka mereka adalah saudaramu; dan Allah mengetahui siapa yang membuat kerusakan dari yang mengadakan perbaikan. Dan jikalau Allah menghendaki, niscaya Dia dapat mendatangkan kesulitan kepadamu. Sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.”

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT memerintahkan kepada seluruh umat muslim untuk saling melindungi dan merawat anak-anak yatim piatu yang ada di sekitarnya, dan menganggap mereka sebagai saudara, sehingga anak-anak tersebut mendapat kehidupan yang layak. Bahkan apabila seorang individu melakukan perbuatan tercela terhadap anak-anak yatim piatu Allah SWT akan mendatangkan kesulitan-kesulitan dalam hidupnya dengan kekuasaan-Nya. Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa anak yatim piatu sangat diperhatikan kondisinya baik dari segi pemerintah maupun dari segi agama.

Indonesia pada tahun 2008 diperkirakan memiliki 5.000 hingga 8.000 jumlah panti asuhan yang aktif mengasuh anak. Data tersebut dikemukakan oleh Kementrian Sosial dan kemungkinan meningkat setiap tahunnya. Selain itu, berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh peneliti terhadap empat panti asuhan pada akhir Juni 2019, didapatkan data bahwa setiap panti memiliki

setidaknya 40 hingga 80 anak yang diasuh dan sebagian besar dari anak-anak tersebut adalah remaja. Berdasarkan fakta di atas, dapat diartikan bahwa terdapat cukup banyak remaja yang tidak mendapat kasih sayang, bimbingan dan hubungan yang baik dengan kedua orang tua mereka.

Sedangkan remaja menurut Hurlock (2003) merupakan masa transisi dari perilaku masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang biasanya ditandai dengan perubahan-perubahan yang dominan baik secara fisik maupun psikologis individu tersebut. Berdasarkan pengertian tersebut, remaja berada pada masa transisi, yang pada umumnya masa transisi adalah masa-masa yang rentan terkena masalah. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Rienneke dan Setianingrum (2018) yang mengemukakan bahwa pada masa remaja seseorang akan memiliki kesadaran terhadap lingkungan sosial yang semakin tinggi, akan tetapi dikarenakan hal tersebut maka semakin banyak pula tekanan sosial di setiap harinya, sehingga remaja dianggap sebagai populasi yang rentan atau *vulnerable* untuk mengalami masalah.

Hal tersebut kemungkinan akan semakin memperburuk keadaan pada remaja yang berada di panti asuhan. Sebab pada dasarnya setiap anak yang ditempatkan di panti asuhan membutuhkan sesuatu selain dari perlindungan yang diberikan kepada mereka. Damayanti dan Sandjaja (2012) menyimpulkan berdasarkan pendapat beberapa ahli bahwa terlepas dari segala macam alasan yang diberikan pada dasarnya menempatkan seorang anak di panti asuhan dapat membuatnya beranggapan bahwa ia mengalami bentuk penolakan dari lingkungan sekitar. Penolakan akibat ditempatkan di panti asuhan nantinya akan sangat

beresiko untuk menimbulkan emosi-emosi negatif dan rasa tidak percaya diri pada anak karena merasa dikhianati, benci dan amarah.

Remaja yang diliputi oleh emosi-emosi negatif dan perubahan yang dialami tentu akan mengganggu keadaan dirinya. Jika hal tersebut terjadi, maka remaja akan merasa kurang bahagia, kurang nyaman, dan kondisi yang tidak menyenangkan lainnya, Kartono (dalam Damayanti dan Sandjaja, 2012). Hal-hal tersebut baik disadari maupun tidak akan berdampak pada kondisi *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif remaja tersebut. Joshanloo dan Weijers (2019) menafsirkan ayat Al-Qur'an dimana Allah SWT juga turut menegaskan pada surat Yusuf ayat 53:

﴿ وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾

Artinya: Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Al-Qur'an juga turut menyatakan bahwa manusia memiliki nafsu-nafsu atau emosi yang cenderung kearah negatif atau tercela. Komponen tersebut seperti menyalahkan, mencela, menuduh diri sendiri (*Al-Nafs Al-Lawwama*) dan lain sebagainya. Namun, hal tersebut dapat dinetralisir atau dikurangi jika Allah bersedia memberi rahmat dan mendapat perlindungan dari-Nya.

Psikologi juga turut menjelaskan terkait *subjective well-being* yang sebenarnya merupakan salah satu komponen penting dalam kehidupan individu



khususnya remaja, seperti layaknya surat Yusuf ayat 53 tersebut. Ed Diener, Biswas-Diener dan Tamir (2004 dalam Azra, 2017) juga menyatakan bahwa tingginya tingkat *subjective well-being* dapat membuat individu melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih baik terhadap keadaan sehingga ia akan merasa hidupnya menjadi lebih baik.

Penjelasan lebih rinci dijabarkan kembali oleh Diener & Biswas-Diener (Azra, 2017) bahwa *subjective well-being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup seseorang sebab akan berpengaruh terhadap keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan yang penting, seperti kesehatan, pekerjaan dan hubungan yang di dalamnya terdapat emosi-emosi positif seperti keceriaan dan keterlibatan serta pengalaman emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan dan ketakutan. Hal tersebut dikarenakan *subjective well-being* memiliki tiga komponen menurut Diener (Eid & Larsen, 2008) yang terdiri atas, *life satisfaction* atau kepuasan hidup, *positive affect* atau afek positif dan *negative affect* atau afek negatif. Jadi, emosi-emosi negatif yang dialami oleh para remaja yang berada di panti asuhan, seperti perasaan ditolak, ketakutan, merasa kurang bahagia, kurang nyaman dan kondisi tidak menyenangkan lainnya dapat secara perlahan mengganggu *subjective well-being* yang dimiliki oleh remaja yang berada di panti asuhan tersebut.

Pernyataan di atas selaras dengan hasil wawancara oleh peneliti terhadap remaja yang berada di sebuah panti asuhan B. Mereka menyatakan bahwa pada masa awal berada di panti cukup sulit untuk beradaptasi dengan keadaan, teman-teman dan pengurus panti. Sehingga muncul perasaan malas, bahkan acuh, jenuh

dan lelah karena harus berjuang tanpa dampingan orang tua. Observasi singkat yang dilakukan oleh peneliti mendapatkan hasil yang mendukung pernyataan dari wawancara tersebut. Anak-anak panti asuhan terlihat menginginkan perhatian yang lebih untuk diri mereka, sebab saat awal peneliti datang mereka mendekat dan meminta untuk bermain bersama mereka. Bahkan saat peneliti sudah memasuki ruangan pengurus panti terdapat anak yang mengikuti masuk dan turut duduk di dalam untuk berbincang dengan peneliti.

Hasil wawancara tersebut diperkuat oleh wawancara terhadap dua remaja putra dan putri di panti asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame, yaitu FM dan AQA. Mereka menyatakan bahwa pada awalnya merasa tidak nyaman dan ingin pulang bersama keluarga mereka, bahkan mereka menyatakan bahwa pada awalnya merasa tertekan dengan kehidupannya di panti. Mereka juga pernah beberapa waktu melanggar peraturan yang ada di panti saat awal. Bahkan AQA membutuhkan waktu yang cukup lama baginya untuk beradaptasi dengan teman-teman dan pengurus di panti.

Hasil-hasil wawancara serta observasi tersebut memiliki makna yang hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Zotova, Tarasova dan Syutkina (2016) yaitu mereka melakukan penelitian terhadap 204 remaja yang berusia 14-16 tahun yang dibagi menjadi dua kelompok, 104 remaja yang tinggal di rumah dengan kedua orang tuanya dan 100 remaja yang tinggal di panti asuhan. Hasilnya menunjukkan bahwa *subjective well-being* yang dimiliki oleh kedua kelompok remaja tersebut tidak ada perbedaan yang mendalam pada tingkat pernyataan *subjective well-being*. Namun, terdapat perbedaan dalam struktur internal kedua

kelompok tersebut, yaitu pada komponen *subjective well-being* mereka (salah satunya yaitu motivasi untuk terbebas dari masalah). Jadi, penelitian tersebut memaparkan bahwa remaja yang tinggal dengan orang tua utuh dan remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki perbedaan terkait motivasi mereka untuk terbebas dari masalah. Pada remaja yang tinggal dengan kedua orang tua utuh motivasi untuk terbebas dari masalah cenderung lebih tinggi daripada remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan. Hal tersebut dapat disebabkan dari perasaan lelah, jenuh, tidak nyaman dan malas yang diutarakan oleh anak panti asuhan dalam wawancara yang dilakukan di atas.

Datu (2013) juga melakukan penelitian terkait *subjective well-being* pada kalangan remaja Filipina. Ia melakukan penelitian terhadap 201 remaja dan mendapatkan hasil pada uji analisis regresi linier berganda bahwa *gratitude* atau rasa bersyukur menjadi penentu yang kuat bagi *subjective well-being* remaja begitupun dengan dimensi *forgiveness* atau pemaafan setelah mengontrol karakteristik tempat tinggal. Bagian terpenting yang dapat memprediksi *subjective well-being* pada hasil penelitian ini adalah *gratitude* dan salah satu dimensi *forgiveness* (*forgiveness of self* atau pemaafan terhadap diri sendiri). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa nilai-nilai moral seperti *gratitude* dan *forgiveness* memiliki kontribusi terhadap *subjective well-being* remaja. Kontribusi yang diberikan oleh *gratitude* dan *forgiveness* berupa pengurangan pengaruh negatif dalam diri individu sehingga dapat memprediksi *subjective well-being* individu menjadi lebih baik.

Berdasarkan penelitian Datu tersebut, maka emosi-emosi atau pengaruh negatif yang ada dalam diri individu dapat diatasi dengan upaya *forgiveness*. Hal tersebut juga berlaku bagi para remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan, upaya *forgiveness* diperlukan untuk mereduksi emosi-emosi negatif yang berasal dari perasaan dalam diri remaja akibat ditempatkan di panti asuhan dan kurangnya mereka mendapat bimbingan, perhatian dan kasih sayang dari orang tua. *Forgiveness* atau pemaafan menurut Thompson dan Synder (2002) adalah sebagai cara bagi individu untuk membingkai kesalahan menjadi satu dan merubah kesalahan tersebut dari sisi negatif menjadi netral atau positif. Michael McCullough (Arif, 2018) juga mendefinisikan *forgiveness* adalah berkurangnya keinginan untuk melukai atau membalas dendam dan disertai peningkatan rasa belas kasihan (*compassion*) dan keinginan untuk bertindak secara positif ke arah orang yang menyakiti.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *forgiveness* adalah suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk merubah kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh pihak lain terhadap dirinya atau situasi-situasi yang ia rasa salah terjadi pada dirinya menjadi sesuatu hal yang lebih positif dengan tidak lagi menghindari hal yang pernah menyakiti dan tidak pula membalas dendam serta adanya rasa belas kasihan kepada pihak yang menyakiti. Individu yang tidak memiliki keinginan untuk membalas dendam dan menerima segala keadaan yang terjadi pada dirinya akan mengurangi pengaruh-pengaruh negatif yang ada sehingga pengaruh positif dan kepuasan terhadap hidupnya akan meningkat. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Datu (2013) bahwa dengan adanya

*forgiveness* pada diri individu nantinya akan berpengaruh terhadap *subjective well-being* individu tersebut, dimana kepuasan hidup, pengaruh positif yang tinggi dan pengaruh negatif yang rendah adalah komponen dalam *subjective well-being*.

Oleh sebab itu, *forgiveness* dinilai penting bagi para remaja yang berada di panti asuhan agar mereka dapat mereduksi emosi-emosi negatif yang terjadi pada diri remaja-remaja tersebut. Allah SWT juga bahkan menegaskan dalam Al-Qur'an surat Ali Imran ayat 134 yang berbunyi

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٣٤﴾

134. (yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan mema'afkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan.

Allah memerintahkan umatnya agar menahan amarah, memaafkan dan selalu berbuat kebajikan terhadap semua makhluk Allah SWT, bahkan termasuk orang-orang yang telah menyakitinya juga.

Damayanti dan Sandjaja (2012) mencoba untuk menggambarkan *forgiveness* pada remaja yang tinggal di panti asuhan melalui penelitiannya. Adapun hasil dari penelitian tersebut adalah sebanyak 87 remaja yang tinggal di Panti Asuhan Bersinar dan Yayasan Berkat Kasih Immanuel memiliki tingkat *forgiveness* yang cukup tinggi dengan nilai 57,20. Hal tersebut dikarenakan nilai-nilai kerohanian yang selalu ditanamkan kepada seluruh penghuni panti. Selain nilai-nilai kerohanian, remaja yang berada di kedua panti tersebut juga mendapatkan perlakuan dan kasih sayang yang baik dan cukup bagi mereka dari

pengurus panti asuhan. Kemudian membuat para remaja yang ada di panti asuhan tersebut memiliki tingkat *forgiveness* yang tinggi sebab motivasi membalas dendam dan motivasi menghindari sesuatu yang menyakitkannya yang rendah sedangkan motivasi berdamai pada para remaja tersebut tinggi.

Selain itu, Allemand, Hill, Ghaemmaghami dan Martin (2012) juga turut mengemukakan pentingnya *forgiveness* terhadap *subjective well-being* bagi individu dalam penelitiannya. Adapun hasil dari penelitian terhadap 962 partisipan adalah pandangan terhadap masa depan bagi individu dan sikap terkait *forgiveness* sangat berhubungan dengan pengaruh positif dari *subjective well-being* serta anggapan terhadap kehidupan yang singkat membuat individu memiliki kepuasan hidup dan optimisme yang baik dan memberikan kontribusi positif terhadap pandangan masa depan mereka. Jadi, dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki pola pikir bahwa hidup mereka cukup singkat lebih memiliki pandangan untuk masa depan yang lebih baik dengan tingkat *forgiveness* yang tinggi dan berhubungan pada tingkat *subjective well-being* yang semakin tinggi pula.

Berdasarkan data dan penelitian yang telah dijabarkan di atas, peneliti berasumsi bahwa terlepas dari tipe kepribadian, rentang usia, atau bahkan jenis kelamin, individu pada masa remaja yang tinggal di panti asuhan sewajarnya memiliki tingkat *forgiveness* yang tinggi baik terhadap keadaan atau situasi, diri sendiri, maupun terhadap individu lain. Remaja yang pada dasarnya sedang dalam masa transisi dan membutuhkan bimbingan serta kasih sayang yang cukup dari kedua orang tuanya, namun tidak ia dapatkan karena harus ditempatkan di panti

asuhan terlepas dari alasan mereka berada di sana. Hal tersebut sangat berisiko munculnya emosi-emosi negatif yang tentunya akan mengganggu *subjective well-being* mereka. Sehingga *forgiveness* perlu dilakukan guna mereduksi emosi-emosi negatif yang kemungkinan terjadi pada para remaja di panti asuhan tersebut. Selain dari pengurangan *negative affect* yang dimiliki remaja, *forgiveness* juga turut meningkatkan *positive affect* dan juga memiliki efek yang baik terhadap *life satisfaction* sehingga dapat menyebabkan *subjective well-being* remaja yang berada di panti asuhan menjadi lebih baik. Hal tersebut berguna untuk kelangsungan masa depan para remaja tersebut agar lebih baik.

Adapun pernyataan di atas adalah asumsi dari peneliti yang dijadikan bahan acuan dalam penelitian ini. Selain itu, rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara *forgiveness* dengan *subjective well-being* melalui ketiga komponen, yaitu *life satisfaction*, *positive affect* dan *negative affect* pada remaja yang berada di panti asuhan?

## **B. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan *forgiveness* dengan *subjective well-being* pada remaja yang berada di panti asuhan, melalui tiga komponen yang terdapat dalam *subjective well-being*, yaitu:

1. Hubungan *forgiveness* dengan *life satisfaction*.
2. Hubungan *forgiveness* dengan *positive affect*.
3. Hubungan *forgiveness* dengan *negative affect*.

### C. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis, sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang psikologi khususnya psikologi positif dan nantinya dapat menjadi rujukan bagi para peneliti selanjutnya.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Subjek Penelitian

Adapun manfaat praktis dari hasil penelitian bagi subjek penelitian adalah dapat diaplikasikan bagi anak-anak khususnya para remaja yang berada di panti asuhan untuk lebih memfokuskan diri pada *forgiveness* mereka agar *subjective well-being* remaja tersebut menjadi lebih baik, dengan memperbaiki *life satisfaction* dan mengubah afek-afek yang bersifat negatif menjadi lebih positif.

##### b. Bagi Orangtua atau Wali

Orang tua atau wali untuk bisa membimbing dan memberikan pengertian terkait *forgiveness* terhadap anak saat sedang bersama, sebab dengan begitu anak dapat memahami dan mengerti pentingnya *forgiveness* bagi *subjective well-being* mereka.



c. Bagi Pengasuh

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk bisa membantu tercapainya *subjective well-being* pada remaja di panti asuhan dengan memahami dan menanamkan pentingnya *forgiveness* bagi anak/adik asuhnya.

d. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau acuan bagi penelitian selanjutnya dalam bidang psikologi khususnya psikologi positif, yang berkaitan dengan *forgiveness* dan *subjective well-being*.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. *Subjective Well-Being***

##### **1. Pengertian *Subjective Well-Being***

Diener, Biswas-Diener dan Tamir (Azra, 2017) menyatakan bahwa tingginya tingkat *subjective well-being* dapat membuat individu melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih baik terhadap keadaan sehingga individu akan merasa hidupnya menjadi lebih baik. *Subjective well-being* menurut Ed Diener (Eid dan Larsen, 2008) adalah sebagai konsep psikologis dalam kehidupan individu yang memiliki tiga komponen, yaitu *life satisfaction* atau kepuasan hidup (LS), *positive affect* atau pengaruh positif (PA) yang tinggi dan *negative affect* atau pengaruh negatif (NA) yang rendah.

Diener (1984) juga mengemukakan bahwa *subjective well-being* adalah persepsi seseorang terhadap pengalaman hidupnya dan afeksi terhadap hidupnya. Diener & Biswas Diener (Azra, 2017) menjelaskan kembali bahwa *subjective well-being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup seseorang sebab akan berpengaruh terhadap keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan yang penting, seperti kesehatan, pekerjaan dan hubungan yang di dalamnya terdapat emosi-emosi seperti keceriaan dan keterlibatan serta pengalaman emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan dan ketakutan.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* adalah konsep psikologis yang dapat dikategorikan sebagai hal

terpenting dalam diri individu yang di dalamnya terdapat tiga komponen penting, yaitu *life satisfaction* (LS), *positive affect* (PA) yang tinggi dan *negative affect* (NA) yang rendah.

## 2. Komponen *Subjective Well-Being*

*Subjective well-being* memiliki tiga komponen atau dimensi menurut Diener (Eid dan Larsen, 2008), yaitu:

### a. *Life Satisfaction* atau Kepuasan Hidup (LS)

*Life satisfaction* merupakan komponen dalam *subjective well-being*, sebab individu yang merasa puas terhadap hidupnya cenderung akan menghargai, memiliki makna mendalam terhadap hidupnya dan menikmati semua hal yang terjadi padanya. *Life satisfaction* juga memiliki makna bahwa individu tersebut menikmati setiap area kehidupannya. Adapun area kehidupan yang dimaksudkan meliputi area rekreasi, cinta, pernikahan, persahabatan, kekeluargaan dan lain sebagainya.

### b. *Positive Affect* atau Afek positif (PA)

*Positive Affect* merupakan komponen dari kesejahteraan subjektif yang memiliki perasaan di dalamnya berupa rasa nyaman. *Positive Affect* membuat individu lebih menikmati aktifitasnya sehari-hari dan hubungannya dengan individu lain. Hal tersebut dikarenakan *positive affect* merupakan emosi positif yang dimiliki oleh setiap individu, yang

terdiri atas emosi suka cita, kasih sayang, harga diri, *forgiveness* dan sebagainya.

*Positive Affect* juga menyebabkan individu untuk mendekati sesuatu yang menyenangkan dan bermanfaat, seperti tempat berlindung, makanan dan mencari pasangan hidup. Selain itu, *positive affect* dapat ditingkatkan melalui berbagai aktifitas fisik sehari-hari, memenuhi kebutuhan tidur yang cukup, bersosialisasi dengan teman dekat dan bekerja keras untuk mencapai tujuan yang memiliki nilai.

c. *Negative Affect* atau Afek Negatif (NA)

*Negative affect* berisikan perasaan-perasaan tidak nyaman yang dirasakan oleh individu. Bentuk dari *negative affect* salah satunya adalah perilaku menghindar yang bertujuan untuk menjauhkan individu dari situasi berbahaya. Emosi-emosi yang termasuk ke dalam *negative affect* seperti rasa malu, rasa bersalah, kesedihan, kemarahan, kecemasan dan lain sebagainya.

### **3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well-Being***

Diener (1984) menjabarkan terkait faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*, sebagai berikut:

a. Kepuasan Subjektif

Campbell (Diener, 1984) mengemukakan bahwa penilaian kepuasan dalam ranah subjektif akan lebih dekat dalam rantai sebab akibat ke arah

*subjective well-being*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan korelasi terhadap kepuasan subjektif juga turut menunjukkan korelasi yang cukup tinggi. Adapun unsur yang terkait dengan kepuasan subjektif yakni, kepuasan terhadap diri, kehidupan keluarga, pekerjaan, dan kesehatan.

#### b. Pendapatan

Freedman (Diener1984) mengemukakan hasil penelitiannya bahwa pendapatan pada dasarnya tidak terlalu berpengaruh, apabila kebutuhan dasar sudah terpenuhi maka pendapatan tidak lagi berpengaruh. Campbel (1976, dalam Diener 1984) menunjukkan data bahwa pendapatan memiliki efek yang lebih kecil di Amerika. Faktor-faktor seperti kekuasaan dan status yang mencakup pendapatan seseorang yang cukup bertanggung jawab terhadap pengaruh pada *subjective well-being*.

#### c. Variabel Demografi

Diener (1984) mengemukakan terdapat beberapa variabel demografi yang turut mempengaruhi *subjective well-being* yaitu usia, jenis kelamin, ras, pekerjaan, pendidikan, agama, serta pernikahan dan keluarga. Variabel tersebut memiliki sumbangan yang berbeda terhadap *subjective well-being*.

#### d. Perilaku dan Hasil

Adapun faktor-faktor yang terdapat di dalamnya adalah kontak sosial, peristiwa kehidupan dan aktivitas sehari-hari. Faktor perilaku dan hasil

mencakup terkait hubungan antar individu. Selain itu faktor perilaku dan hasil juga terkait dengan kegiatan individu sehari-hari.

e. Kepribadian

Keperibadian adalah faktor yang turut mempengaruhi *subjective well-being* terlebih pada kondisi tempramen seseorang (Tatarkiewicz dalam Diener 1984). Diener juga turut mengemukakan bahwa kepribadian ekstrasversi secara signifikan dapat memprediksi terjadinya kesejahteraan. Individu yang memiliki kepribadian ekstrasversi biasanya memiliki banyak teman dan juga relasi sosial yang lebih banyak. Individu dengan kepribadian ekstrasversi juga cenderung lebih peka terhadap apresiasi positif dan sensitivitas dengan orang lain.

f. Kontrol Diri

Kontrol diri dimkasudkan sebagai suatu keyakinan dari diri individu bahwa ia mampu berperilaku dengan cara yang tepat sesuai kehendaknya ketika menghadapi suatu peristiwa atau persoalan. Kontrol diri sangat berkaitan dengan proses emosi, motivasi, perilaku dan aktifitas fisik. sehingga kontrol diri mencakup proses pengambilan keputusan, *forgiveness*, mengerti dan memahami serta dapat mengatasi konsekuensi dari keputusan yang telah dipilih dan juga turut mencari pemaknaan atas peristiwa yang terjadi.

#### 4. *Subjective Well-Being* dalam Perspektif Islam

*Subjective Well-Being* dalam Islam dipandang berdasarkan pada dimensi sikap dan perilaku manusia sebagai makhluk Allah SWT (Rahmanita, Uyun & Sulistyarini (2016). Pernyataan tersebut diperkuat oleh pendapat dari Al-Jauziyyah (2004) yang turut menjelaskan manusia yang diciptakan oleh Allah terbentuk dari akal dan syahwat, dimana akal digunakan untuk menentukan sikap dan perilaku serta mengontrol syahwat.

Selain itu, Utami (2012) mengungkapkan bahwa agama memiliki peranan yang cukup penting dalam penurunan *negative affect* serta memberikan individu pengarahan, bimbingan, dukungan dan harapan dalam menjalani kehidupan. Seligman (Rahmanita, Uyun & Sulistyarini, 2016) juga menyatakan bahwa agama merupakan harapan bagi setiap umat yang memeluknya. Individu yang memiliki pemahaman yang baik terkait agamanya akan percaya bahwa semua sudah ada yang mengatur, sehingga akan dengan mudah menerima keadaan sesulit apapun tanpa rasa marah dan mudah putus asa.

Joshanloo dan Weijers (2019) juga turut menafsirkan ayat Al-Qur'an dimana Allah SWT menegaskan dalam surat Yusuf ayat 53:

﴿وَمَا أَبْرَأُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾

Artinya: Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyanyang.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Al-Qur'an juga turut menyatakan bahwa manusia memiliki nafsu-nafsu atau emosi yang cenderung kearah negatif atau

tercela. Komponen tersebut seperti menyalahkan, mencela, menuduh diri sendiri (*Al-Nafs Al-Lawwama*) dan lain sebagainya. Namun, hal tersebut dapat dinetralisir atau dikurangi jika Allah bersedia memberi rahmat dan mendapat perlindungan dari-Nya.

*Subjective well-being* juga menjadi kajian yang cukup diminati oleh para cendekiawan muslim kontemporer. Mereka berpendapat bahwa terdapat banyak dampak psikologis, salah satunya adalah tidak dapat menjalani kehidupan dengan baik, dan dapat menghancurkan individu apabila tidak memiliki keyakinan beragama (Joshanloo & Weijers, 2019). Yahwa (Joshanloo & Weijers, 2019) kehidupan individu yang tidak memiliki keyakinan akan dipenuhi oleh kesia-siaan dan orang tersebut jelas tidak memiliki tingkat *well-being* yang tinggi.

Joshanloo & Weijers (2019) juga menyatakan bahwa sejumlah sarjana muslim kontemporer berpendapat bahwa individu yang tidak memiliki keyakinan spiritualitas dan agama yang kuat akan menyebabkan manusia tidak dapat mencapai kesejahteraan individu. Para muslim kontemporer tersebut meyakini bahwa agama terkhusus Islam akan memberikan makna pada kehidupan manusia serta memberi pengalaman yang menyenangkan sehingga akan menimbulkan kesan yang lebih permanen daripada kesenangan materialistis. Adapun contoh dari kesenangan religious adalah kepercayaan diri bahwa menyembah Allah SWt akan menimbulkan *well-being* di akhirat kelak.

Para ahli mengemukakan bahwa hidup yang memiliki banyak kekhawatiran, kesulitan dan kegagalan dapat diatasi dengan nilai-nilai agama. Agama dapat membawa individu dalam kedamaian dan kebahagiaan, kondisi tersebut



meupakan kondisi subjektif duniawi yang paling diinginkan. para ulama berpendapat bahwa iman yang membantu umat Islam untuk mengatasi kesulitan dalam kehidupan. (Joshadoo & Weijers, 2019)

## **B. *Forgiveness***

### **1. Pengertian *Forgiveness***

*Forgiveness* atau yang biasa disebut pemaafan menurut Thompson dan Synder (2002) adalah sebagai cara bagi individu untuk membingkai kesalahan menjadi satu dan merubah kesalahan tersebut dari sisi negatif menjadi netral atau positif. McCullough (Arif, 2018) juga mendefinisikan *forgiveness* adalah berkurangnya keinginan untuk menghindari individu atau sesuatu yang pernah menyakiti dan berkurangnya keinginan untuk melukai atau membalas dendam dan disertai peningkatan rasa belas kasihan (*compassion*) dan keinginan untuk bertindak secara positif ke arah orang yang menyakiti.

Jadi, *forgiveness* adalah cara yang dilakukan oleh individu dalam merubah suatu kesalahan yang tidak menyenangkan baginya menjadi sebuah hal yang lebih positif dan tidak untuk dihindari ataupun membalas dendam terhadap hal tidak menyenangkan tersebut.

### **2. Aspek-Aspek *Forgiveness***

Mc Cullough (2000), McCullough dkk (1998) membagi *forgiveness* menjadi beberapa aspek, yaitu:

a. *Avoidance Motivations*

*Avoidance Motivations* atau motivasi-motivasi menghindar, individu yang sudah melakukan pemaafan cenderung mengalami penurunan motivasi untuk menghindari kontak dengan pelaku, baik itu secara kontak fisik maupun psikologis. Korban akan menepis keinginan untuk menjaga jarak dengan hal-hal yang menyakitinya. Oleh sebab itu, korban tidak lagi menghindar ataupun menjauhi pelaku dan akan terus menjaga hubungan yang baik dengan pelaku.

b. *Revenge Motivations*

Selain tidak akan menghindar dari pelaku, individu yang telah melakukan pemaafan juga akan mengalami penurunan motivasi dalam membalas dendam atau mencoba untuk melihat hal-hal berbahaya yang dapat terjadi pada pelaku. Individu yang telah melakukan pemaafan artinya sudah membuang keinginan untuk membalas perbuatan yang telah terjadi kepadanya. Individu tersebut akan meminimalisir atau bahkan menghilangkan rasa marah untuk membalas dendam terhadap hal-hal yang menyakitinya.

c. *Benevolence Motivations*

Adapun motivasi yang terakhir adalah motivasi yang berhubungan dengan berbuat baik kepada pelaku. Individu yang telah melakukan pemaafan cenderung akan meningkatkan motivasi untuk berbuat baik

kepada pelaku. Walaupun individu masih merasa bahwa ia adalah korban, tetapi individu senantiasa berbuat baik kepada pelaku. Oleh sebab itu, ia akan terus menjaga hubungan agar tetap berjalan baik dengan pelaku.

### 3. Sumber Kesalahan dan Objek *Forgiveness*

Thompson, Snyder, Hoffman, Michael & Rasmussen (2002) mengemukakan terkait sumber kesalahan atau pelanggaran dan objek dari *forgiveness* terdiri atas tiga sumber, yaitu:

#### a. Diri Sendiri

Individu menganggap semua kesalahan disebabkan oleh dirinya sendiri, merasa bahwa ia sangat buruk, selalu memberikan kritik negatif terhadap diri sendiri dan lain sebagainya. Oleh sebab itu, Thompson dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa *forgiveness* terhadap diri sendiri adalah sebagai salah satu upaya untuk merubah pengaruh-pengaruh negatif terhadap diri sendiri menjadi pengaruh yang lebih positif atau netral.

#### b. Individu Lain

*Forgiveness* memiliki hubungan yang cukup kuat dengan menjadi individu lain sebagai sumber dari kesalahan yang terjadi. *Forgiveness* dengan mudah terjadi pada hubungan interpersonal atau antara manusia dengan manusia. Jadi, individu akan merasa bahwa ada seorang individu yang bertanggung jawab atas kesalahan-kesalahan yang menimpa dirinya.

### c. Situasi

Sumber pelanggaran dan objek *forgiveness* yang terakhir adalah yang dilakukan terhadap situasi. Thompson menyatakan dalam hasil penelitiannya, bahwa *forgiveness* memiliki hubungan dengan diri sendiri, individu lain dan selanjutnya adalah situasi. *Forgiveness* tidak hanya terjadi pada hubungan antara manusia dengan manusia saja, melainkan juga dapat terjadi pada diri sendiri dan situasi.

Ketiga sumber kesalahan dan objek *forgiveness* tersebut dalam penelitian ini akan digunakan sebagai skala psikologi. Skala *forgiveness* menurut sumber kesalahan dan objek dalam teori Thompson (2002) dinamakan skala *Heartland Forgiveness Scale* atau HFS.

## 4. Manfaat *Forgiveness*

Berdasarkan beberapa penelitian, manfaat dari *forgiveness* dapat dikategorikan menjadi dua manfaat utama, yaitu: (Arif, 2018)

### a. Kesehatan

*Forgiveness* yang dilakukan oleh seseorang akan menimbulkan dampak yang sangat baik terhadap kesehatan seseorang tersebut. Hal tersebut dibuktikan oleh Lutjen, Siltan dan Flannelly (Arif, 2018) dalam penelitiannya tahun 2012 silam. Hasil dari penelitian tersebut adalah bahwa tingkat stress orang-orang yang mau memaafkan mengalami penurunan dan sikap *hostility* (bermusuhan) yang terjadi juga turut berkurang. Adapun stress dan *hostility* adalah perilaku-perilaku yang terkait dengan penyakit

jantung. Berdasarkan hasil penelitian, manfaat terhadap kesehatan ini lebih dirasakan oleh orang-orang lanjut usia, mereka yang mau memaafkan juga jarang mengalami *nervousness*, kegelisahan dan kesedihan.

Selain itu, keinginan untuk tidak ingin memaafkan ternyata dapat mengganggu fungsi dari hormon yang ada di dalam tubuh manusia. Harris dan Thoresen (Arif, 2018) telah membuktikan dalam penelitiannya, selain mengganggu fungsi dari hormon, individu yang tidak mau memaafkan juga dapat menghambat respon tubuhnya untuk mengatasi bakteri, infeksi, dan berbagai gangguan kesehatan lain.

Jinting Liu dan Xiaolin Zhou (2017) juga mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa seseorang yang memiliki tingkat *forgiveness* yang tinggi akan berpengaruh terhadap pengurangan dari gejala-gejala depresi yang terjadi pada individu. Jadi, gejala-gejala depresi yang diderita oleh seseorang dapat diminimalisir dengan upaya pemaafan yang dilakukan oleh individu tersebut.

#### b. Relasi atau Hubungan Sosial

Pada tahun 2006, Tsang, McCullough dan Fincham (Arif, 2018) mengemukakan dalam penelitiannya bahwa *forgiveness* memiliki korelasi yang cukup kuat bagi hubungan individu terhadap orang-orang disekitarnya. *Forgiveness* yang terjadi dapat membuat relasi menjadi lebih bahagia dan senantiasa menunjukkan komitmen, terlebih dalam relasi pernikahan. Pada relasi pernikahan sendiri, *forgiveness* memudahkan dalam suatu relasi intim,

tapi lebih terhadap persepsi pasangan, dimana pasangan akan dipersepsi sebagai seseorang yang dapat diperkaya dan bersedia berkorban bagi pasangannya.

Sedangkan Worthington dan Wade (Arif, 2018) meneliti tentang orang-orang yang tidak memiliki kemauan untuk memaafkan. Individu yang sulit dalam memaafkan justru akan lebih sering mengalami konflik, emosi negatif dan ketidakanggupannya dalam berkompromi. Selain itu, pasangan yang tidak mau memaafkan satu sama lain dapat menjadi saling bersaing dan saling menghitung “skor” masing-masing. Tentu saja hal tersebut akan semakin memperburuk keadaan suatu relasi dari hari ke hari.

## 5. *Forgiveness* dalam Perspektif Islam

Kata *forgiveness* atau pemaafan dalam jurnal Khasan (2017) dikatakan bahwa berasal dari akar kata bahasa Arab ‘*al-afw*’, terdiri atas tiga partikel huruf, haitu ‘*ain*, ‘*fa*’ dan ‘*mu’tall*. Selain kata *al-afw* juga muncul kata *al-afiyah* yang berarti pembelaan atau penjagaan Allah terhadap hamba-Nya. Kata *al-afw* disebut sebanyak 34 kali di dalam Al-Qur’an, tujuh di antara nya berbicara terkait *forgiveness*.

Pernyataan tersebut dapat dibuktikan dari surat Al-Baqarah ayat 219 yang juga turut ditafsirkan oleh Shihab (1996) terkait permulaan munculnya kata *al-afw*. Adapun maksud dari kata *al-afw* pada ayat ini yaitu yang berlebih seharusnya diberikan agar keluar, hal tersebut menyebabkan *al-afw* berkembang maknanya menjadi keterhapusan. Sehingga *forgiveness* berarti menghapus luka

atau bekas-bekas luka yang ada di dalam hati. Hal tersebut memiliki arti bahwa *forgiveness* memiliki kaitan yang cukup erat dengan kehidupan seorang muslim.

Selain itu, pada surat Ali-Imran ayat 152 dan 155 serta Al-Maidah ayat 95 dan 101 membicarakan perihal tobat dan maaf, dimana ayat-ayat tersebut didahului usaha manusia untuk bertobat, selain itu pemaafan dikemukakan tanpa adanya usaha terlebih dahulu dari orang yang bersalah (Khasan, 2017). Hal tersebut bermakna bahwa umat Islam diperintahkan oleh Allah SWT untuk memberi maaf terlebih dahulu tanpa perlu permohonan maaf dari orang yang bersalah, seperti yang dicontohkan oleh Allah SWT pada ayat-ayat tersebut, dengan memaafkan manusia yang berbuat salah bahkan tanpa diminta oleh umat-Nya.

Khasan (2017) juga turut menafsirkan makna dari surat An-Nur ayat 22 yang berbunyi:

وَلَا يَأْتَلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَىٰ  
وَالْمَسْكِينِ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا  
يُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿٢٢﴾

Artinya: “Dan janganlah orang-orang yang mempunyai kelebihan dan kelaparan di antara kamu bersumpah bahwa mereka (tidak) akan memberi (bantuan) kepada kerabat(nya), orang-orang miskin, dan orang-orang yang berhijrah di jalan Allah, dan hendaklah mereka memaafkan dan berlapang dada. Apakah kamu tidak suka bahwa Allah mengampunimu? Dan Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang.”

Ayat tersebut menganjurkan seseorang untuk tidak menanti atau menunggu permintaan maaf dari orang lain yang menyakitinya, melainkan dengan berlapang dada memberikan maaf sebelum diminta. Selain itu, dinyatakan bahwa individu yang enggan untuk memberi maafnya sama saja enggan untuk memperoleh pengampunan dari Allah SWT. Selain itu, surat Al-Baqarah ayat 178 juga turut

membahas terkait *forgiveness* yang dijadikan sebagai salah satu asas penerapan sanksi *qisas* dalam Islam. Jadi, *qisas* dilakukan dengan *forgiveness* agar hubungan yang terjalin antara pelaku dan pihak keluarga korban tetap terpelihara, kasih sayang kembali diperbahui, dan atas dasar ini Allah SWT sangat menyukai *forgiveness* terhadap pelaku kejahatan.

Islam juga menganjurkan bahwa *forgiveness* yang dilakukan oleh individu hendaknya dilakukan secara sungguh-sungguh, tidak dengan syarat-syarat tertentu yang diajukan dan bahkan tanpa diminta. Allah SWT menganjurkan bukan hanya untuk melakukan *forgiveness* secara sungguh-sungguh saja tapi juga turut mendoakan individu yang berbuat salah, sehingga dapat disimpulkan bahwa *forgiveness* tidak hanya dilakukan melalui ucapan saja tapi hingga ke hati, sesuai surat Ali-Imran ayat 159 (Khasan, 2017).

### **C. Hubungan Antara *Forgiveness* dengan *Subjective Well-Being***

*Forgiveness* atau pemaafan dapat dikatakan sebagai salah satu aspek psikologis yang turut mendukung tingginya tingkat *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif yang dimiliki oleh individu. Hal tersebut dapat dilihat dari pengertian *forgiveness* dan *subjective well-being* itu sendiri. *Forgiveness* menurut Thompson dan Snyder (2002) adalah berkurangnya keinginan untuk menghindari individu atau sesuatu yang pernah menyakiti dan berkurangnya keinginan untuk melukai atau membalas dendam dan disertai peningkatan rasa belas kasihan (*compassion*) dan keinginan untuk bertindak secara positif ke arah orang yang menyakiti. McCullough (Arif, 2018) juga mendefinisikan *forgiveness* adalah



berkurangnya keinginan untuk menghindari individu atau sesuatu yang pernah menyakiti dan berkurangnya keinginan untuk melukai atau membalas dendam dan disertai peningkatan rasa belas kasihan (*compassion*) dan keinginan untuk bertindak secara positif ke arah orang yang menyakiti.

Sedangkan *subjective well-being* menurut Diener (Eid dan Larsen, 2008) adalah sebagai konsep psikologis dalam kehidupan individu yang memiliki tiga komponen, yaitu *life satisfaction* atau kepuasan hidup (LS), *positive affect* atau afek positif (PA) yang tinggi dan *negative affect* atau afek negatif (NA) yang rendah. Berdasarkan pengertian di atas dapat kita lihat bahwa *forgiveness* adalah salah satu bagian yang turut menyumbang dalam *subjective well-being*, sebab dengan melakukan *forgiveness* individu dapat menurunkan *negative affect*, meningkatkan *positive affect* dan kemudian akan memperbaiki *life satisfaction* bagi individu tersebut.

Datu (2013) juga melakukan penelitian terkait *subjective well-being* bagi kalangan remaja di Filipina. Ia mengemukakan bahwa dari 201 partisipan penelitian ditemukan *gratitude* dan *forgiveness* memberikan kontribusi terhadap *subjective well-being* individu. Berdasarkan hasil pada uji korelasi terdapat hubungan yang signifikan antara *gratitude* dan *forgiveness* dengan *subjective well-being* dari responden. Hal tersebut memiliki makna bahwa seorang remaja yang memiliki *gratitude* dan *forgiveness* yang tinggi akan turut membuat *life satisfaction* yang besar, memiliki emosi-emosi positif yang lebih banyak daripada emosi-emosi negatif dalam dirinya.

Kontribusi terbesar yang sangat berpengaruh terhadap *subjective well-being* seseorang terletak pada komponen atau dimensi dari *forgiveness* yang akan mengurangi *negative affect* atau pengaruh negatif dalam diri individu tersebut. Berdasarkan penelitian tersebut, emosi-emosi negatif yang ada dalam diri remaja dapat diatasi salah satunya dengan upaya *forgiveness* yang dilakukan. Begitupun dengan para remaja yang berada di panti asuhan, upaya *forgiveness* dapat dimulai dengan penerimaan remaja-remaja tersebut terhadap keadaan yang terjadi.

Setelah melihat dari beberapa hasil penelitian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *forgiveness* dan *subjective well-being* yang dimiliki oleh remaja-remaja di panti asuhan.

#### **D. Kerangka Berpikir**

Remaja menurut Hurlock (2003) merupakan masa transisi dari perilaku masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang biasanya ditandai dengan perubahan-perubahan yang dominan baik secara fisik maupun psikologisnya. Masa transisi sendiri adalah masa-masa peralihan, dimana masa tersebut merupakan masa yang rentan akan terjadinya masalah. Rienneke dan Setianingrum (2018) juga mengemukakan bahwa remaja sudah mulai memiliki kesadaran terhadap keadaan sosial mereka. Hal tersebut yang menyebabkan mereka banyak mendapat tekanan sosial dan juga rentan terhadap masalah. Oleh sebab itu, remaja tentunya sangatlah butuh bimbingan, perhatian dan kasih sayang dari kedua orang tua mereka. Pernyataan tersebut diungkapkan oleh Howe (2012)

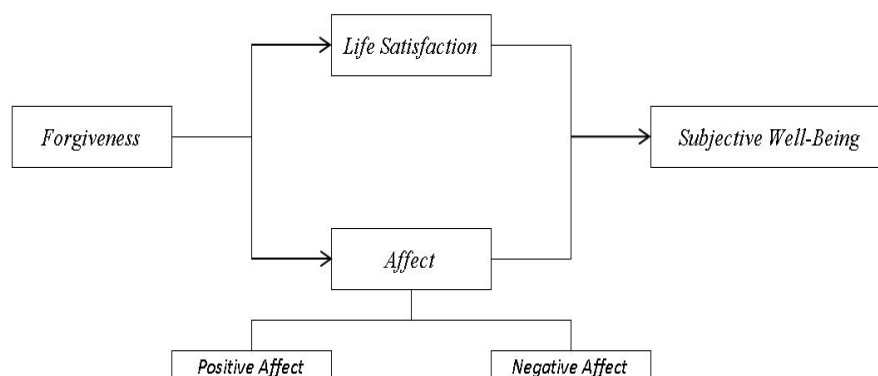
bahwa seseorang memiliki hubungan yang baik saat dewasa dikarenakan terpenuhinya rasa cinta, kehangatan dan perhatian dari kedua orang tua mereka.

Namun, terdapat cukup banyak remaja yang tidak mendapat kasih sayang, bimbingan, perhatian dan hubungan yang baik dengan kedua orang tua mereka. Hal tersebut dikarenakan, mereka ditempatkan di panti asuhan karena berbagai macam alasan dan menurut survey peneliti terhadap empat panti asuhan semuanya menyatakan bahwa sebagian besar dari mereka adalah remaja. Sedangkan menurut Damayanti dan Sandjaja (2012) terlepas dari berbagai macam alasan yang diberikan menempatkan seorang anak di panti asuhan akan membuat anak beranggapan bahwa ia mengalami bentuk penolakan dari lingkungan sekitar. Perasaan ditolak tersebut sangat beresiko tinggi untuk memunculkan emosi negatif dalam dirinya.

Emosi-emosi negatif yang terjadi pada remaja dapat berupa perasaan kurang bahagia, kurang nyaman dan kondisi tidak menyenangkan lainnya (Kartono, 2008 dalam Damayanti dan Sandjaja, 2012). Hal tersebut tentu saja meningkatkan *negative affect* dalam dirinya dan membuat *subjective well-being* pada dirinya menurun, *negative affect* berisikan perasaan-perasaan tidak nyaman yang dirasakan oleh individu. Sedangkan Diener (2004 dalam Azra, 2017) menyatakan bahwa tingginya tingkat *subjective well-being* dapat membuat individu melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih baik terhadap keadaan sehingga hidupnya akan terasa lebih baik. Pernyataan Diener menegaskan pentingnya *subjective well-being* seseorang, akan tetapi jika remaja-remaja di panti asuhan tersebut mengalami penurunan terhadap tingkat *subjective well-being* mereka, maka nantinya akan

mengalami kesulitan dalam melakukan adaptasi dan *coping* terhadap keadaan yang menyimpannya. Hal tersebut membuat para remaja di panti asuhan perlu mereduksi emosi-emosi negatif yang dapat mengganggu *subjective well-being* mereka dan diperlukannya *forgiveness*, Datu (2013).

Thompson dan Synder (2002) mengemukakan bahwa *forgiveness* adalah sebagai cara bagi individu untuk membingkai kesalahan menjadi satu dan merubah kesalahan tersebut dari sisi negatif menjadi netral atau positif. McCullough (Arif, 2018) juga mendefinisikan *forgiveness* adalah berkurangnya keinginan untuk menghindari individu atau sesuatu yang pernah menyakiti dan berkurangnya keinginan untuk melukai atau membalas dendam dan disertai peningkatan rasa belas kasihan (*compassion*) dan keinginan untuk bertindak secara positif ke arah orang yang menyakiti. Pernyataan-pernyataan tersebut memiliki makna bahwa *forgiveness* dapat menurunkan *negative affect* menjadi netral atau secara tidak langsung menaikkan *positive affect* individu tersebut. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat *forgiveness* yang tinggi memiliki hubungan yang positif terhadap tingkat *subjective well-being* yang dimiliki seseorang, yang dapat dibuat bagan sebagai berikut,



Bagan 1. Kerangka Berpikir  
Hubungan *Forgiveness* dengan *Subjective Well-Being*

Berdasarkan kerangka berpikir yang peneliti buat di atas, dapat diketahui bahwa variabel bebas dari penelitian ini adalah *forgiveness* sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah *subjective well-being*. Hal tersebut dikarenakan *forgiveness* adalah variabel yang turut berhubungan dengan tingkat *subjective well-being* yang dimiliki oleh individu, dimana tinggi rendahnya tingkat *forgiveness* yang dimiliki individu berhubungan dengan *life satisfaction* atau kepuasan hidup dan *affect* baik positif maupun negatif dalam komponen *subjective well-being*.

### **E. Hipotesis Penelitian**

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *forgiveness* atau pemaafan dengan ketiga komponen *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif, yaitu *life satisfaction*, *positive affect* dan *negative affect* pada remaja yatim-piatu di panti asuhan. Semakin tinggi tingkat pemaafan yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan subjektif pada anak yatim-piatu di panti asuhan tersebut, begitupun sebaliknya. Hal tersebut juga dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memiliki tiga hipotesis yang membuktikan hipotesis di atas, yaitu:

1. Terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dengan *life satisfaction*.
2. Terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dengan *positive affect*.
3. Terdapat hubungan negatif antara *forgiveness* dengan *negative affect*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Jauziyah, I.Q. 2004. *Kunci Kebahagiaan*. Jakarta: Akbar.
- Allemand, Mathias., Hill, P.L., Ghaemmaghami, Pearl. & Martin, Mike. 2012. Forgiveness and Subjective Well-Being in Adulthood: The moderating role of future time perspective. *Journal of Research in Personality*, 46, 32-39.
- Arif, Imam S. 2018. *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Azra, Fatima N. 2017. Forgiveness dan Subjective Well-Being Dewasa Awal Atas Perceraian Orang Tua Pada Masa Remaja. *PSIKOBORNEO, Universitas Mulawarman, Volume 5, nomor 3, 529-540*.
- Azwar, S. 2017. *Dasar-Dasar Psikometrika*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- . 2017. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- . 2017. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- D. Datu, J.A. 2013. Forgiveness, Gratitude and Subjective Well-Being Among Filipino Adolescents. *DOI 10.1007/s10447-013-9205-9*.
- Damayanti, Ria. & Sandjaja, S.S. 2012. Gambaran Forgiveness Pada Remaja yang Tinggal Di Panti Asuhan. *Jurnal NOETIC Psychology, Universitas Kristen Krida Wacana, Vol. 2, No. 2, 108-125*.
- Diener, Ed. 1984. Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin, American Psychology Assosiation. Volume 95, No. 3, 542-575*.
- Eid, Michael. & Larsen, Randy J. 2008. *The Science Of Subjective Well-Being*. London. The Guilford Press.
- Howe, Tasha R. 2012. *Marriages and Families In The 21<sup>st</sup> Century: A Bioecological Approach*. India : Wiley BlackWell.
- Hurlock, E. 2003. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Joshanloo, Mohsen & Weijers, Dan. 2019. *Chapter 11: Islamic Perpspektif on Well-Being*.
- Liu, Jinting. & Zhou, Xiaolin. 2017. The Association Between Well-Being and The COMT Gene: Dispositional Gratitude and Forgiveness As Mediators. *Journal of Affective Disorders. Vol. 214, Pages 115-121*.

Kamus Besar Bahasa Indonesia. 2018. Jakarta : Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional.

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. 2017. Artikel. 2017, Anak Yatim Di Panti Asuhan Juga Akan Terima KIP. <https://www.kemendikbud.go.id/main/blog/2017/01/2017-anak-yatim-di-panti-asuhan-juga-akan-terima-kip>.

Kementrian Sosial Republik Indonesia. 2004. Ketetapan Mentri Sosial 50/HUK/2004. Jakarta: Departemen Sosial RI.

\_\_\_\_\_. 2004. Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA). <http://www.kemsos.go.id/content/panti-asuhan-anak-psaa>.

\_\_\_\_\_. 2011. Peraturan Mentri Sosial 30/HUK/2011. Jakarta: Departemen Sosial RI.

\_\_\_\_\_. 2016. Artikel. Anak Jalanan Mendapatkan Layanan Program Kesejahteraan Sosial Anak (PKSA). <http://www.kemsos.go.id>.

Khasan, Moh. 2017. Perspektif Islam dan Psikologi Tentang Pemaafan. *Jurnal At-Taqaddum. Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang. Vol 9, No 1, 69-94.*

Malay, M.N. 2017. *Modul Praktikum Statistika II (Analisis Data SPSS)*. Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.

Malay, M.N., Fitriani, A., & Islamia, I. 2019. *Pedoman Penulisan Skripsi Prodi Psikologi Islam*. Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.

Martono, Nanang. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Mc Cullough. 1998. Lopez dan Synder (ed). *Positive Psychological Assessment : A Handbook of Models and Measures*. Washington DC: American Psychological Association.

\_\_\_\_\_. 2000. Lopez dan Synder (ed). *Positive Psychological Assessment : A Handbook of Models and Measures*. Washington DC: American Psychological Association.

Rahmanita, Anisa., Uyun, Qurotul., & Sulistyarini, Rr. Indahria. 2016. Efektivitas Pelatihan Kebersyukuran Untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif pada penderita hipertensi. *Jurnal Intervensi Psikologi, Universitas Islam Indonesia, Vol. 8 No. 2. 165-184.*

- Rienneke, T. C. & Setianingrum, M.E. 2018. Hubungan antara Forgiveness dengan Kebahagiaan Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, Universitas Kristen Satya Wacana, Vol. 7, No. 1, 18-31.*
- Selviana. 2017. Pentingnya Kelekatan Orang Tua dengan Remaja. *Buletin KPIN. Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesi YAI. Vol. 3, No. 1.*
- Sugiyono. 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Shihab, M. Q. 1996. *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'I atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Mizan.
- Thompson, L.Y. & Synder, C.R. 2002. Lopez dan Synder (ed). *Positive Psychological Assessment : A Handbook of Models and Measures*. Washington DC: American Psychological Association.
- Thompson, L.Y., Synder, C.R., Hoffman, L., Michael, S.T., Rasmussen, H., dkk. 2002. *Dispositional Forgiveness of Sels, Other, and Situations*. Lopez dan Synder (ed). *Positive Psychological Assessment : A Handbook of Models and Measures*. Washington DC: American Psychological Association.
- Utami, M.S. 2009. Religiuitas, Koping Religious dan Kesehatan Subjektif. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada, Vol. 39 (1), 46-66*.
- Winarsunu, T. 2015. *Statistik dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Zotova, O.Y., Tarasova, L.V. & Syutkina, E.N. 2016. Features of Subjective Well-Being Characteristic of Teenagers Raised in Two-Parent Families and Orphanages. *Procedia-Sosial and Behavioral Sciences, 233, 160-164.*